



**UPAYA MENGATASI KECEMASAN SISWA TERHADAP PELAJARAN  
MATEMATIKA MELALUI PENDEKATAN KONSELING BEHAVIOR  
PADA SISWA KELAS IV SDN KORIPANDRIYO KEC.GABUS  
KAB.PATI TAHUN PELAJARAN 2011/2012**

**Oleh  
BAGUS ENDRO LUMAKSONO  
NIM.200831208**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
2012**



**UPAYA MENGATASI KECEMASAN SISWA TERHADAP PELAJARAN  
MATEMATIKA MELALUI PENDEKATAN KONSELING BEHAVIOR  
PADA SISWA KELAS IV SDN KORIPANDRIYO KEC.GABUS  
KAB.PATI TAHUN PELAJARAN 2011/2012**

**SKRIPSI**

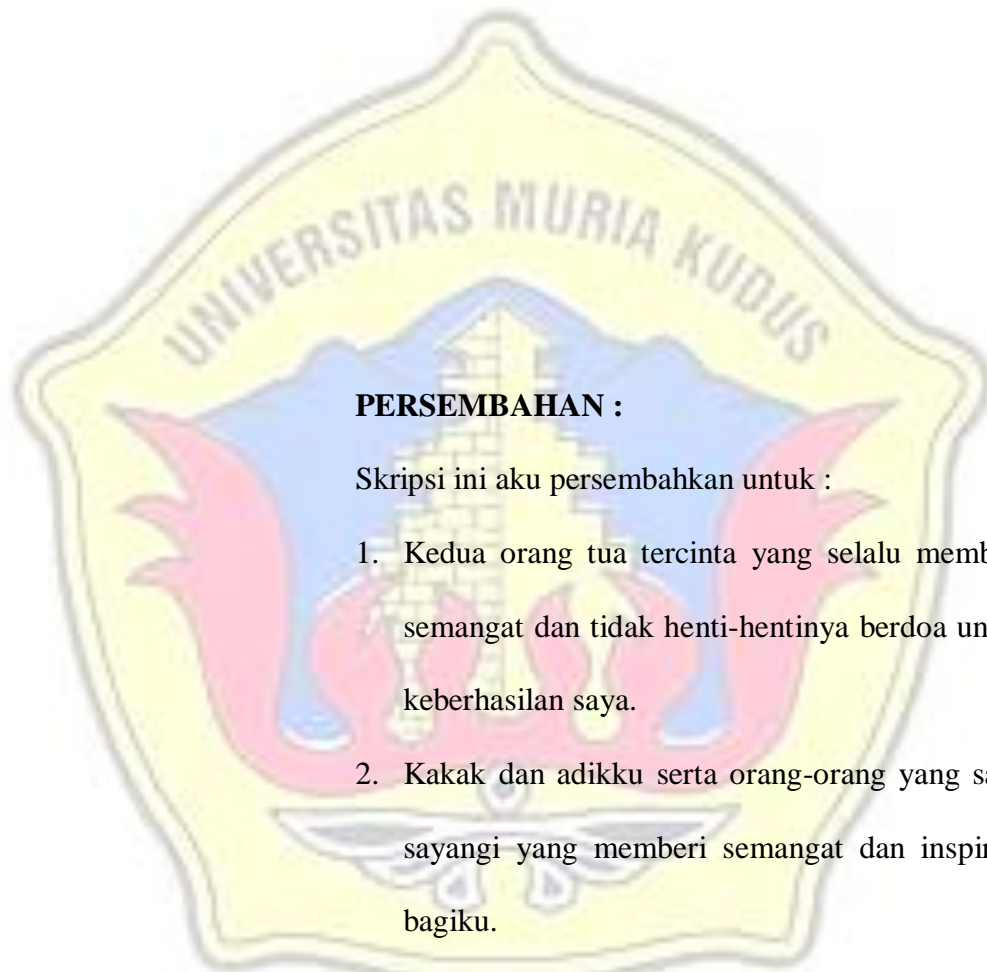
**Diajukan Kepada Universitas Muria Kudus Untuk Memenuhi Salah Satu  
Persyaratan Dalam Menyelesaikan Program Sarjana Strata Satu  
Program Studi Bimbingan dan Konseling**

**Oleh  
Bagus Endro Lumaksono  
NIM 200831208**

**PROGRAM STUDI BIMBINGAN DAN KONSELING  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MURIA KUDUS  
2012**

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Tiadaanya keyakinanlah yang membuat orang takut menghadapi tantangan dan saya percaya pada diri saya sendiri. (Muhammad Ali)



### **PERSEMBAHAN :**

Skripsi ini aku persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua tercinta yang selalu memberi semangat dan tidak henti-hentinya berdoa untuk keberhasilan saya.
2. Kakak dan adikku serta orang-orang yang saya sayangi yang memberi semangat dan inspirasi bagiku.
3. Sahabat-sahabatku khususnya teman-teman seperjuangan.
4. Almamater.

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi oleh Bagus Endro Lumaksono NIM. 200831208 ini telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Kudus, 15 September 2012  
Dosen Pembimbing I




**Drs. H. Sucipto, M.Pd. Kons**  
**NIS. 061073020001015**

Dosen Pembimbing II



**Dra. Hj. Sutarti, SE.MM**  
**NIP. 19510420 198203 2 001**

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Muria Kudus,



**Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd**  
**NIP. 19560619 198503 1 002**



## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi oleh Bagus Endro Lumaksono (NIM. 200831208) ini telah dipertahankan  
di depan Tim Penguji pada tanggal 25 September 2012

Tim Penguji

  
**Drs. H. Sucipto, M.Pd Kons**  
NIS. 061073020001015

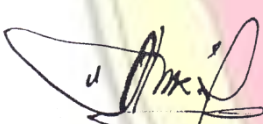
Ketua

  
**Dra. Hj. Sutarti, SE, MM**  
NIP. 19510420 198203 2 001

Anggota

  
**Drs. Zaenal Hasan**  
NIS 0610713020001003

Anggota

  
**Dra. Sumarwiyah, M.Pd**  
NIS. 06107013020001008

Anggota

Mengetahui,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Muria Kudus,

  
**Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd**  
NIP. 19560619 198503 1 002



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat, Taufik, dan Hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “ Upaya Mengatasi Kecemasan Siswa Terhadap Pelajaran Matematika Melalui Pendekatan Konseling Behavior Pada Siswa Kelas IV SDN Koripandriyo Kec.Gabus Kab.Pati Tahun Pelajaran 2011/2012” dengan lancar. terselesaikannya penulisan skripsi ini berkat adanya dorongan dan bantuan berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini perkenankan penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Drs. Susilo Rahardjo, M.Pd, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muria Kudus.
2. Dr. Sukiman, M.Pd, Kaprodi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muria Kudus.
3. Drs. H.Sucipto, M.Pd, Kons, dosen pembimbing I yang senantiasa memberikan bimbingan dan semangat pada penulis dalam menyelesaikan penyusunan skripsi.
4. Dra.Hj.Sutarti,SE,MM, dosen pembimbing II yang dengan sabar memberikan bimbingan sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Bapak dan Ibu Dosen Kaprodi Bimbingan Konseling, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Muria Kudus.
6. Bapak Kamid, A.Ma.Pd, Selaku Kepala sekolah SDN Koripandriyo Kec Gabus Kab Pati yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian.

7. Bapak dan ibu guru SDN Koripandriyo Kec Gabus Kab Pati yang telah banyak membantu penulis selama proses penelitian.
8. Bapak, ibu, serta saudara-saudaraku yang telah memberikan semangat, motivasi serta doa, sehingga semua berjalan dengan lancar.
9. Teman-temanku seperjuangan yang selalu memberikan semangat dan inspirasi pada penulis dalam menyelesaikan penulisan skripsi ini.

Akhirnya dengan segala kerendahan hati, penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi kita semua. Amin.

Kudus, 15 September 2012

Penulis



## ABSTRAK

**Bagus Endro Lumaksono, NIM.200831208.** Upaya Mengatasi Kecemasan Siswa Terhadap Pelajaran Matematika Melalui Pendekatan Konseling Behavior Pada siswa Kelas IV SDN Koripandriyo Kec.Gabus Kab.Pati Tahun Pelajaran 2011/2012. Pembimbing I dan II: Drs.H.Sucipto, M.Pd.Kons dan Dra.Hj.Sutarti, SE, MM.

Kata Kunci : Kecemasan Siswa Pada Pelajaran Matematika dan Pendekatan Konseling Behavior.

Ketidak senangan terhadap pelajaran matematika dapat menimbulkan kecemasan sehingga berpengaruh terhadap keberhasilan belajar khususnya pelajaran matematika. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil wawancara dengan guru kelas, peneliti mendapatkan siswa kelas IV SDN Koripandriyo Kec.Gabus Kab.Pati yang mengalami kecemasan terhadap pelajaran matematika. Untuk mengatasi kecemasan siswa tersebut perlu mendapatkan bantuan berupa konseling individual menggunakan model konseling behavior.

Berdasarkan latar belakang diatas rumusan masalah: 1. Apakah Penerapan Pendekatan Konseling Behavior Efektif Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa Terhadap Pelajaran Matematika Pada Siswa Kelas IV SDN Koripandriyo Kec.Gabus Kab.Pati Tahun Pelajaran 2011/2012”? Tujuan dari penelitian: 1. Untuk menemukan penyebab kecemasan siswa terhadap pelajaran matematika kelas IV SDN Koripandriyo Kec.Gabus Kab.Pati Tahun Pelajaran 2011/2012. 2. Untuk menemukan cara mengatasi kecemasan siswa terhadap pelajaran matematika yang dilakukan peneliti melalui pendekatan konseling behavior pada siswa kelas IV SDN Koripandriyo Kec.Gabus Kab.Pati Tahun Pelajaran 2011/2012. Kegunaan teoritis : 1. Memberikan wawasan keilmuan yang berkaitan dengan bimbingan dan konseling. Kegunaan praktisnya: 1. Kepala Sekolah : Memberikan masukan kepada kepala sekolah tentang pentingnya pemberian layanan bimbingan dan konseling disekolah. 2. Guru Kelas : Menambah wawasan guru kelas dalam memberikan bimbingan kepada siswa 3. Siswa : Membantu siswa memperoleh informasi dan mampu mengenali gejala-kecemasan .4. Orang Tua : Membantu orang tua sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan teknik dan strategi dalam mengatasi kecemasan anaknya.5. peneliti : Dapat digunakan sebagai sarana untuk mengembangkan kemampuan dan keterampilan, menerapkan ilmu yang telah diperoleh.

Sesuai judul penelitian, maka Ruang lingkup penelitian ini sesuai dengan judul penelitian “Upaya Mengatasi Kecemasan Siswa Terhadap Pelajaran Matematika Melalui Pendekatan Konseling Behavior Pada Siswa Kelas IV SDN Koripandriyo Kec.Gabus Kab.Pati Tahun Pelajaran 2011/2012, maka penelitian ini mengungkap tentang pendekatan konseling behavior dalam fungsinya mengatasi kecemasan siswa terhadap pelajaran matematika. Pendekatan pada penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif deskriptif. Adapun metode

pengumpulan data yang digunakan sebagai berikut: wawancara, observasi, dan dokumentasi

Berdasarkan hasil pembahasan dan analisis penelitian ini menunjukkan penyebab RJ, TM dan VA mengalami kecemasan terhadap pelajaran matematika: 1. RJ: ketidaksiapan dalam menerima pelajaran matematika, kurangnya perhatian dan motivasi belajar dari orang tua. 2. TM: kurang berminat terhadap pelajaran matematika, dan Pengaruh temannya yang mengajaknya ngobrol di saat jam pelajaran matematika. 3. VA: Motivasi belajar matematika rendah, kurang perhatian dan motivasi belajar dari orang tua. Dari hasil penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa kecemasan terhadap pelajaran matematika yang dialami: RJ sering melamun dan sering tidak mengerjakan tugas matematika, TM: sering tidak memperhatikan guru dan tidak sungguh dalam mengerjakan tugas matematika, VA: sering diam dan takut bertanya saat pelajaran matematika. Untuk mengatasi permasalahan tersebut peneliti menggunakan konseling behavior dengan teknik pengkondisian operan, *latihan perilaku asertif* dan *kontrak perilaku*. Dari hasil konseling ketiga siswa tersebut, mereka dapat memahami jika kecemasan yang berlebihan dapat merugikan dirinya sendiri.

Berdasarkan penemuan penelitian, saran yang diajukan : 1. Kepala Sekolah : Perlu diadakan pertemuan secara periodik dengan guru kelas untuk membahas permasalahan siswa. 2. Guru Kelas : Membantu mengatasi kecemasan siswa terhadap pelajaran matematika agar siswa bisa mencapai nilai pelajaran matematika yang maksimal. 3. Orang Tua : Menjalinkan kerjasama dengan sekolah dengan cara saling memberikan informasi mengenai perkembangan anak. 4. Siswa : Siswa diharapkan lebih terbuka terhadap guru kelas apabila mengalami kesulitan terhadap pelajaran matematika.

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL .....	i
HALAMAN LOGO .....	ii
HALAMAN JUDUL .....	iii
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN .....	v
HALAMAN PENGESAHAN .....	vi
KATA PENGANTAR .....	viii
ABSTRAK .....	x
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	 1
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.4 Kegunaan Penelitian .....	4
1.5 Ruang Lingkup Penelitian .....	5
1.6 Definisi Operasional .....	5
 <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	 9
2.1 Kecemasan Siswa Terhadap Pelajaran Matematika .....	
2.1.1 Pengertian Kecemasan .....	9
2.1.2 Aspek-Aspek Kecemasan .....	10
2.1.3 Macam-Macam Kecemasan .....	11
2.1.4 Gejala-Gejala Kecemasan .....	12
2.1.5 Faktor-Faktor Penyebab Kecemasan .....	15
2.1.6 Matematika .....	18
2.1.6.1 Pengertian Matematika .....	18

2.1.6 .2 Tujuan Pelajaran Matematika .....	19
2.1.6 .3 Kesulitan-Kesulitan Pelajaran Matematika.....	21
2.1.7 Kecemasan Siswa Terhadap Pelajaran Matematika .....	23
2.1.7.1 Pengertian Kecemasan Matematika .....	23
2.1.7 .2 Ciri-Ciri Kecemasan Matematika.....	24
2.1.7 .3 Upaya Mengatasi Kecemasan Siswa Terhadap Pelajaran Matematika .....	25
2.2 Pendekatan Konseling Behavior .....	26
2.2.1 Pengertian Konseling Behavior.....	26
2.2.2 Tujuan Konseling Behavior .....	27
2.2.3 Konsep Dasar Konseling Behavior .....	28
2.2.4 Karakteristik Konseling Behavior .....	29
2.2.5 Teknik-Teknik Konseling Behavior .....	30
2.2.6 Pelaksanaan Konseling Behavior .....	33
2.3 Upaya Mengatasi Kecemasan siswa Terhadap Pelajaran Matematika Melalui Konseling Behavior .....	35
2.4 Hipotesis .....	39
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>41</b>
3.1 Rancangan Penelitian .....	41
3.2 Subjek Peneliti .....	43
3.3 Data dan Sumber Data.....	43
3.4 Pengumpulan Data .....	45
3.4.1 Observasi .....	45



3.4.2 Wawancara .....	48
3.4.3 Dokumentasi .....	53
3.5 Analisis Data .....	53
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>56</b>
4.1 Kasus Konseli I (RJ) .....	56
4.2 Kasus Konseli II (TM) .....	67
4.3 Kasus Konseli III (VA) .....	78
<b>BAB V PEMBAHASAN .....</b>	<b>90</b>
5.1 Hasil Konseling Konseli I (RJ).....	90
5.2 Hasil Konseling Konseli II (TM).....	93
5.3 Hasil Konseling Konseli III (VA).....	96
5.4 Penerapan Konseling Behavioristik Untuk Mengatasi Kecemasan Siswa Terhadap Pelajaran Matematika Melalui Pendekatan Konseling Behavior Pada Siswa Kelas IV SDN Koripandriyo Kec.Gabus Kab.Pati Tahun Pelajaran 2011/2012 .....	98
<b>BAB VI SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>100</b>
6.1 Simpulan.....	100
6.2 Saran.....	102
DAFTAR PUSTAKA .....	104
LAMPIRAN-LAMPIRAN .....	107



## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Daftar Siswa Yang Mendapatkan Nilai Rendah Yang Mengalami Kecemasan Terhadap Pelajaran Matematika .....	107
Lampiran 2 Hasil Wawancara Peneliti dengan Guru Kelas (Kasus RJ) .....	108
Lampiran 3 Hasil Wawancara Peneliti dengan Orang Tua Konseli (Kasus RJ) .....	110
Lampiran 4 Hasil Observasi Saat Proses Konseling (Kasus RJ).....	112
Lampiran 5 Hasil Wawancara Peneliti dengan Guru Kelas (Kasus TM) .....	113
Lampiran 6 Hasil Wawancara Peneliti dengan Orang Tua Konseli (Kasus TM) .....	115
Lampiran 7 Hasil Observasi Saat Proses Konseling (Kasus TM).....	117
Lampiran 8 Hasil Wawancara Peneliti dengan Guru Kelas (Kasus VA) .....	118
Lampiran 9 Hasil Wawancara Peneliti dengan Orang Tua Konseli (Kasus VA) .....	120
Lampiran 10 Hasil Observasi Saat Proses Konseling (Kasus VA) .....	122
Lampiran 11 Satuan Layanan Bimbingan Konseling (Kasus RJ) .....	123
Lampiran 12 Persiapan Praktek Konseling Individual Konseli 1(RJ).....	126
Lampiran 13 Pelaksanaan Konseling 1 (RJ) .....	130
Lampiran 14 Pelaksanaan Konseling 2 (RJ) .....	145
Lampiran 15 Pelaksanaan Konseling 3 (RJ) .....	150
Lampiran 16 Laporan Pelaksanaan dan Evaluasi Analisis Dan Tindak Lanjut Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling (RJ) .....	153
Lampiran 17 Satuan Layanan Bimbingan Konseling (Kasus TM) .....	156

Lampiran 18 Persiapan Praktek Konseling Individual Konseli II(TM).....	159
Lampiran 19 Pelaksanaan Konseling 1 (TM) .....	163
Lampiran 20 Pelaksanaan Konseling 2 (TM) .....	175
Lampiran 21 Pelaksanaan Konseling 3 (TM) .....	180
Lampiran 22 Laporan Pelaksanaan dan Evaluasi Analisis Dan Tindak Lanjut Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling (TM) .....	182
Lampiran 23 Satuan Layanan Bimbingan Konseling (Kasus VA) .....	185
Lampiran 24 Persiapan Praktek Konseling Individual Konseli III (VA) .....	188
Lampiran 25 Pelaksanaan Konseling 1 (VA) .....	192
Lampiran 26 Pelaksanaan Konseling 2 (VA) .....	204
Lampiran 27 Pelaksanaan Konseling 3 (VA) .....	209
Lampiran 28 Laporan Pelaksanaan dan Evaluasi Analisis Dan Tindak Lanjut Satuan Layanan Bimbingan dan Konseling (VA) .....	211
Surat Pernyataan .....	214
Surat Ijin Penelitian .....	215
Surat Keterangan Sekolah .....	216
Daftar Riwayat Hidup .....	217